

# Avaliação qualitativa de cardápios de uma unidade produtora de refeições do Recôncavo da Bahia

## *Analysis of the menu of a Food Service Unit in the Bahia State*

Paula Silva Santos\*, Cinthia Soares Lisboa\*, Gisele Rosas Vidal\*, Valéria Macedo Almeida Camilo\*\*, Permínio Oliveira Vidal Júnior\*\*

\*Nutricionista, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Recôncavo da Bahia – UFRB,

\*\*Professor Assistente, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Recôncavo da Bahia/BA

### Resumo

*Objetivos:* Analisar qualitativamente o cardápio de uma Unidade Produtora de Refeições (UPR) em Santo Antônio de Jesus/BA por meio da Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC). *Métodos:* Os cardápios analisados foram de uma UPR de Buffet por quilo. Analisou o cardápio do almoço de duas semanas, de segunda-feira a sábado, uma semana durante o mês de janeiro, e uma semana durante o mês de fevereiro de 2012. O método AQPC permitiu avaliar: as técnicas de cocção, cores e cortes das saladas, acompanhamentos e prato principal, folhosos, fritura como técnica de cocção, alimentos ricos em enxofre, conservas, frutas como sobremesa e tipos de carnes. *Resultados:* O cardápio busca oferecer diariamente frutas (100%), folhosos (83%), preparações com cores iguais (75%), os alimentos ricos em enxofre (17%), frituras e carne gordurosa ocorre na mesma proporção (58%). Nas técnicas de cocção do prato principal houve a ocorrência de preparações assadas (42%), grelhadas (8%), fritas (67%), cozidas (100%) e ensopadas (33%). Para as saladas foi a mesma proporção de saladas cozidas e cruas (83%), saladas mistas (67%) e cocção ao vapor (33%). Os tipos de carnes oferecidas foram de peixes (43%), carne bovina e frango (100%). *Conclusão:* A monotonia das preparações pode estar associada à falta do nutricionista na UPR.

**Palavras-chave:** unidade produtora de refeições, avaliação qualitativa, cardápio, nutricionista.

### Abstract

*Objectives:* To analyze qualitatively the menu of a Meal Production Unit (MPU) in Santo Antonio de Jesus/BA through the method Qualitative Evaluation of Menu Components (QEMC). *Methods:* The menus analyzed were of a MPU Buffet/kg. We analyzed the lunch menu for two weeks, Monday to Saturday, one week during the month of January and one week during the month of February 2012 with the QEMC: cooking techniques, colors and cuts of salads, side dishes and main dish, leafy vegetables, frying and cooking technique, food rich in sulfur, tinned fruit for dessert and meats. *Results:* The menu seeks to provide daily fruit (100%), leafy (83%), preparations of same color (75%), foods rich in sulfur (17%), fried foods and fatty meat occurring in the same proportion (58%). The cooking techniques of the main plate were baked preparations (42%), or grilled (8%), fried (67%), boiled (100%) and soaked (33%). The salads had the same proportion of cooked and raw (83%), mixed salads (67%) and steam cooking (33%). The meats were fish (43%), beef and chicken (100%). *Conclusion:* The monotony of the preparations may be associated with lack of dietitians in the MPU.

**Key-words:** food service unit, qualitative assessment, menu, dietitian.

Recebido 9 de outubro de 2013; aceito 15 de agosto de 2014.

**Endereço para correspondência:** Paula Silva Santos, Rua Martinho Francelino, 36 Centro 44830-000 Piritiba BA, E-mail: paulasilva.s@hotmail.com

## Introdução

O mercado da alimentação coletiva nas últimas décadas vem refletindo as transformações sofridas pela sociedade. A preferência atual dos consumidores por refeições mais convenientes e práticas teve como consequência mudanças no padrão alimentar, consolidando o comportamento habitual do consumo de refeições fora do domicílio. Assim, ocorreu o aumento da procura por restaurantes, que precisaram se adaptar e melhorar a qualidade das refeições servidas [1].

O termo Unidade Produtora de Refeições (UPR) vem sendo utilizado para designar todos os estabelecimentos integrantes do segmento da alimentação fora do lar (*catering, food service, restauration*), sejam eles comerciais (restaurantes, bares e similares) ou coletivos como em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN). O que diferencia as UPR comerciais das coletivas é o grau de fidelidade do cliente ao serviço associado ao escopo do serviço que, no caso da UPR coletiva, deve aproximar-se, ou igualar-se, aos objetivos da UAN [2].

As UPR comerciais devem conquistar os seus consumidores, pois os mesmos não apresentam obrigatoriedade de consumir na unidade. Essas unidades abarcam desde as distintas modalidades de restaurantes comerciais (por peso, *à la carte*), os serviços de hotelaria, as lanchonetes e unidades de *fast-food*, bem como as outras modalidades de serviço de refeições, incluindo os ambulantes em diversos níveis [3].

Na elaboração do cardápio deve-se considerar o balanceamento da refeição, atendimento às necessidades nutricionais do comensal. Outro fator importante é avaliar os aspectos qualitativos do cardápio com abordagem dos aspectos sensoriais [4].

Segundo Abreu *et al.* [5], o cardápio significa uma sequência de pratos a serem servidos em uma refeição, em todas as refeições de um dia ou por um período determinado. Um bom cardápio deve apresentar dois princípios básicos: variedade e harmonia. A variedade consiste na variação da oferta de alimentos, dos sabores predominantes, da consistência, da temperatura e das cores. A harmonia é favorecida pela associação exata de cores, de consistências e de sabores, o que exige sentido estético e artístico [6].

O cardápio baseia o trabalho do nutricionista em um restaurante, e tornou-se um excelente instrumento de educação nutricional [7]. Por isso a importância de um cuidadoso planejamento do cardápio, em razão da necessidade de aplicar o conhecimento nutricional, respeitando as exigências nutricionais e preferências coletivas, apresentando os alimentos de forma agradável, sem prejudicar seu valor nutritivo, obedecendo

a diversos critérios, desde a escolha dos alimentos até a distribuição [6].

Dessa maneira, deve-se considerar que o ato de comer envolve a combinação de todas as sensações: olfativas, táteis, térmicas, auditivas, que, na boca, se fundem e resultam no prazer de comer [6]. Esses liames podem ser utilizados para fidelizar o comensal, aproveitando para encantá-lo e educá-lo com a alimentação, em um momento agradável, saboroso e prazeroso.

Assim, o cardápio elaborado pelo nutricionista que atua em serviços de alimentação é uma ferramenta a ser utilizada no sentido de transformar o seu conhecimento sobre os alimentos em ato de nutrir, de forma saudável, as pessoas que estão sob sua responsabilidade.

Buscando auxiliar o nutricionista na etapa de elaboração teórica do cardápio, para um planejamento com adequação dos aspectos nutricionais e sensoriais, surgiu o método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) proposto por Veiros [4] e Veiros & Proença [8].

O método parte da lógica de que a etapa de elaboração do cardápio apresenta-se como o desencadeador do processo produtivo de refeições, definindo sua qualidade sobre vários aspectos. Este método auxilia na percepção do equilíbrio nutricional, nas formas de preparo dos alimentos, visando torná-los mais atrativos aos comensais, para um consumo mais adequado do ponto de vista da saúde.

A avaliação do método AQPC abrange a composição das preparações, suas cores, técnicas de preparo empregadas, as repetições do cardápio, combinações, os tipos e a oferta de frutas, folhosos, carnes, bem como as características dos alimentos.

Diante do exposto este trabalho objetivou analisar qualitativamente os cardápios de uma UPR em Santo Antônio de Jesus/BA.

## Material e métodos

Trata-se de um estudo de caso, descritivo e de caráter qualitativo. Os cardápios analisados foram provenientes de uma UPR que utiliza o sistema de distribuição tipo *self-service* na cidade de Santo Antônio de Jesus/BA. O mesmo é localizado no centro comercial da cidade, que por sua vez abrange comensais que trabalham e/ou circulam nas proximidades.

A unidade em questão não dispunha de um sistema de cardápios, as preparações eram planejadas aleatoriamente. Para busca das informações relacionadas às preparações servidas, a equipe executora do estudo em questão realizou visitas ao estabelecimento e registrou as preparações servidas no dia.

Foi analisado o cardápio do almoço servido ao longo de duas semanas, de segunda-feira a sábado, durante os meses de janeiro e fevereiro de 2012. Por se tratar de uma UPR comercial, o cardápio era composto por uma média de cinco pratos principais, cinco acompanhamentos e cinco entradas (entre saladas cruas, cozidas e mistas).

Foram observadas as seguintes variáveis tomando por base o AQPC: as técnicas de cocção das saladas, acompanhamentos e prato principal, cores e cortes das saladas, número de dias em que eram ofertados os folhosos, fritura como técnica de cocção, a presença de alimentos ricos em enxofre excetuando-se o feijão, o aparecimento de conservas, oferta de frutas como sobremesa e tipos de carnes oferecidas diariamente no cardápio.

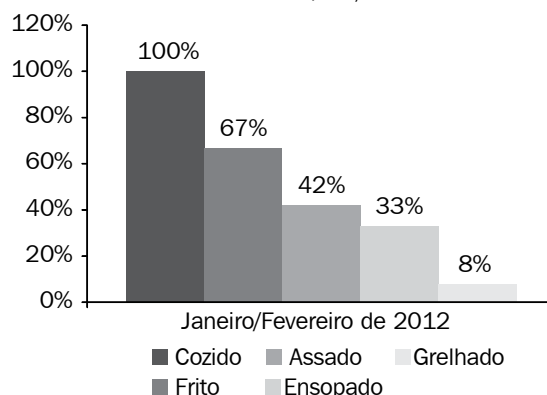
Foi realizada inicialmente a avaliação diária dos cardápios e em seguida, do período considerado neste estudo. Após a avaliação as informações foram tabuladas e apresentadas de forma descritiva.

## Resultados

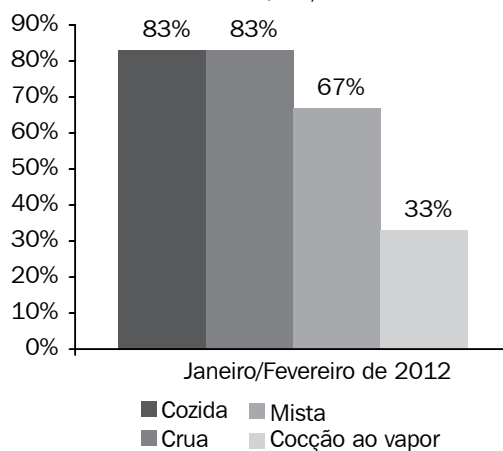
Foi possível observar que o cardápio da UPR tinha um padrão básico e os resultados podem ser visualizados na Tabela I. Esta tabela mostra o resultado da oferta dos grupos alimentares, combinação de cores, presença de alimentos ricos em enxofre, aparecimento de frituras como método de cocção e oferta de carnes ricas em gordura.

Segundo as técnicas de cocção do prato principal, apresentadas na Figura 1, houve a ocorrência de preparações assadas, grelhadas, fritas, cozidas e ensopadas. Os acompanhamentos foram apresentados cozidos, as saladas Figura 2, apresentaram a mesma proporção tanto para cozidas, quanto para cruas, saladas mistas, cocção ao vapor e nenhuma ocorrência para saladas refogadas.

**Figura 1** - Análise das técnicas de cocção do prato principal de uma Unidade de Preparação de Refeições em Santo Antônio de Jesus/BA, 2012.



**Figura 2** - Análise das técnicas de cocção das saladas de uma Unidade de Preparação de Refeições em Santo Antônio de Jesus/BA, 2012.



No período avaliado integraram o cardápio carne bovina e frango todos os dias, peixes (43%), enquanto outros tipos de carnes não foram ofertadas como prato principal.

**Tabela I** - Frequência dos alimentos dos cardápios da UPR estudada, Santo Antônio de Jesus, 2012.

	Frutas	Folhosos	Cores iguais	Ricos em enxofre	Fritura	Carne gordurosa
Dias						
Segunda-feira	2 x	2 x	3 x	--	3 x	1 x
Terça-feira	3 x	2 x	1 x	--	1 x	1 x
Quarta-feira	3 x	2 x	2 x	--	1 x	--
Quinta-feira	2 x	3 x	--	1 x	--	--
Sexta-feira	3 x	3 x	1 x	--	--	1 x
Sábado	3 x	1 x	1 x	--	--	--
Semanal	6 dias	6 dias	5 dias	1 dia	3 dias	3 dias
Quinzenal	12 dias	10 dias	9 dias	2 dias	7 dias	7 dias
Total (% de ocorrência)	100%	83%	75%	17%	58%	58%

## Discussão

Em relação às frutas, observou-se a oferta deste alimento como sobremesa, o que é uma prática que contribui para uma alimentação mais saudável, entretanto não há variedade, pois os mesmos tipos de frutas se repetem diariamente, o que contribui para a monotonia do cardápio. O Guia Alimentar para a População Brasileira [9] recomenda prevenir a monotonia como forma de estimular o apetite.

Quanto aos folhosos, observou-se que se fazem presentes na maioria dos dias da semana. Seu consumo favorece a ingestão de fibras, vitaminas e minerais que podem atuar na proteção contra o risco de câncer de cólon e reto [10-12]. Além disso, os folhosos contribuem com o colorido do cardápio, caracterizando importância no aspecto visual da alimentação.

Quanto à análise dos tipos de carnes observou-se a oferta diária de frango e carne bovina, sobre diferentes formas de preparo, oferta insuficiente de pescado e a inexistência de outros tipos de carne como forma de variação do cardápio. O consumo de peixe foi considerado baixo quando comparado aos resultados alcançados por Gonçalves *et al.* [13] onde a ocorrência de peixe foi de 25%. O consumo de peixes ou óleos de peixe está relacionado à redução dos níveis de colesterol e de lipoproteínas de baixa densidade (LDL) no sangue, ajudando assim, na proteção à saúde humana [14].

É crescente o consumo das carnes, contudo, as famílias de menor poder aquisitivo, com alimentação pouco variada, podem necessitar de um aumento no consumo de alimentos de origem animal [9].

Quanto à análise de leguminosas oferecidas na UPR observou-se a predominância do feijão de caldo (carioca) e de alguns outros tipos de feijão como o verde e gandu característico dos hábitos alimentares da região onde se realizou o estudo.

Uma das formas de atrair o consumidor é a aparência do cardápio, por isso, a repetição de cores é um fator negativo no planejamento de refeições. Foi encontrada monotonia de cores em grande parte dos dias.

A semelhança de cores dos alimentos oferecidos pode interferir na escolha dos alimentos e na satisfação dos clientes com a refeição, pois estes, ao olharem o bufê e montarem seus pratos, não conseguirão visualizar os macro e micronutrientes que estarão sendo ingeridos, e sim os alimentos, as cores, as formas de cocção que mais lhe agradam e a apresentação dos pratos, que estimularão, ou não, a vontade de consumir determinados tipos de alimentos. Sendo que a UPR não conta com nutricionista, esse é um dos motivos

que demonstra a necessidade da atuação deste profissional no planejamento dos cardápios.

No que diz respeito ao teor de enxofre, foi observada baixa oferta de alimentos fonte, o que é um fator positivo, já que a presença de alimentos sulfurados pode causar a sensação de desconforto abdominal nos clientes. Além da carne e do feijão, as saladas, dependendo do tipo de hortaliça servida, colaboram para o aumento do teor de enxofre da refeição.

Em relação à oferta de preparações fritas e carnes gordurosas, observou-se que estas eram servidas frequentemente, devido a grande aceitação em cardápios comerciais, porém do ponto de vista nutricional as técnicas de cocção como grelhar, cozinhar no vapor, assar ou cozinhar em forno, ou que necessitem quantidades mínimas de gorduras, devem ser preparações privilegiadas segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira [9].

Em relação às conservas, a oferta foi baixa. Seu consumo deve ser evitado, pois esses alimentos contêm sódio que pode estar relacionado à elevação dos níveis pressóricos, aumento o risco de desenvolvimento de hipertensão arterial [15-17].

Outro fator é a monotonia dos cortes das saladas, uma das hipóteses é o baixo número de funcionários da UPR, pois, a variação desse item demandaria mais tempo para execução. De modo geral, os vegetais são cortados em cubos ou ralados. Outro ponto que deve ser analisado é a combinação das cores. Saladas mais coloridas têm o objetivo de evitar a monotonia e garantir a ingestão de diferentes nutrientes, promovendo a saúde, além de atrair os comensais, que ficam mais estimulados a consumir as preparações, tornando as refeições mais prazerosas [8].

A referida unidade não dispõe de nutricionista como responsável técnico. Desta forma, se faz fundamental a presença deste profissional no restaurante, pois além de elaborar cardápios nutricionalmente equilibrados, incluindo a variedade de alimentos existentes, consideram as preferências dos clientes, as características nutritivas e sensoriais dos alimentos. Incluindo, ainda, o gerenciamento monitorado dos custos na elaboração e execução do cardápio, o nutricionista é capaz de planejar, comprar, estocar, produzir refeições, elaborar orçamentos e custos, treinar equipes, administrar a mão de obra, implantar regras de higiene, conhecer equipamentos, *layouts*, e todas as atividades técnicas e administrativas inerentes a um restaurante [18].

## Conclusão

Os resultados da avaliação do cardápio da UPR analisada por meio do método AQPC permitem con-

cluír que o mesmo apresentou como pontos positivos a presença de folhosos, substituição dos doces pelas frutas nas sobremesas, bem como baixa oferta de conservas e alimentos sulfurados. Em relação aos aspectos negativos se destacam a elevada quantidade de gordura (principalmente as carnes) ou pela própria técnica de preparo (fritura), apresentou também monotonia nas cores, preparações e nos cortes das saladas, sugerindo pouca preocupação na apresentação do produto final a clientela.

A monotonia das preparações pode estar associada à falta de um profissional capacitado para o planejamento dos cardápios. Dentro das inúmeras tarefas que fazem parte da rotina dos restaurantes comerciais, o nutricionista ainda não é um profissional normalmente associado.

O método AQPC é um ótimo instrumento e permite que o nutricionista avalie o cardápio de forma global e qualitativa de modo a oferecer um cardápio mais saudável e atrativo.

## Referências

1. Akutsu RC, Botelho RA, Camargo EB, Savio KEO, Araujo WC. A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de refeições. *Rev Nutr* 2005;18(2):277-9.
2. Gandra YR, Gambardella AMD. Avaliação de serviços de nutrição e alimentação. São Paulo: Sarvier; 1983. p.1-3.
3. Proença RPC, Sousa AA, Veiros MB, Hering B. Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições. Florianópolis: UFSC; 2005.
4. Veiros MB. Análise das condições de trabalho do nutricionista na atuação como promotor de saúde em uma Unidade de Alimentação e Nutrição: um estudo de caso. [Dissertação]. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina; 2002.
5. Abreu ES, Spinelli MGN, Zanardi AMP. Gestão de unidades de alimentação e nutrição: um modo de fazer. São Paulo: Metha; 2003. p. 202.
6. Ornelas H. Técnica Dietética – seleção e preparo de alimentos. 8 ed. São Paulo: Atheneu; 2008. p. 296.
7. Turano W, Almeida CCC. Educação Nutricional. In: Gouveia ELC. Nutrição, Saúde & Comunidade. 2. ed. Rio de Janeiro: Revinter; 1999; cap. 3. p.57-77.
8. Veiros MB, Proença RPC. Avaliação Qualitativa das Preparações do cardápio de uma Unidade de Alimentação e Nutrição – Método AQPC. *Nutrição em Pauta*. 2003;11(62):36-42.
9. Ministério da Saúde. Secretária de atenção à Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. Brasília; 2014.
10. Garófolo A, Avesani CM, Camargo KG, Barros ME, Silva SRJ, Taddei, JAA, Sigulem DM. Dieta e câncer: um enfoque epidemiológico. *Rev Nutr* 2004;17(4):491-505.
11. Ramos SC, Oliveira MNG. Constipação intestinal no idoso: A fibra como tratamento e prevenção. *Nutrição em pauta* 2002;10(54):51-5.
12. Marten T, Muller CR, Bianchi P, Leal CMA, Botelho FT. Análise qualitativa das preparações do cardápio de um buffet por quilo em uma UPR comercial. XX Congresso de Iniciação Científica, III Mostra Científica UFPEL. Pelotas; 2011.
13. Gonçalves MH, Kraemer MVS, Oliveira RC, Proença RCP. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio (AQPC - Bufê) em uma unidade produtora de refeições de Florianópolis/SC. *Nutrição em Pauta* 2011;19(108):3-66.
14. Suarez-Mahecha H, Francisco A, Beirão LH, Block JM, Saccol A, Pardo-Carrasco, S. Importância de ácidos graxos poliinsaturados presentes em peixes de cultivo e de ambiente natural para a nutrição humana. *Boletim do Instituto de Pesca* 2002;28(1):101-10.
15. World Health Organization. Diet, nutrition and the prevention of chronic disease. WHO/FAO expert consultation. WHO Technical Report Series n. 916. Geneva: WHO; 2003.
16. Molina MCB, Cunha RS, Herkenhoff LF, Mill JG. Hipertensão arterial e o consumo de sal na população urbana. *Rev Saúde Pública* 2003;37(6):743-50.
17. Sociedade Brasileira de Cardiologia. IV Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial. *Arq Bras Cardiol* 2004;82(Suppl4).
18. Ansaloni JA. Situação de trabalho dos nutricionistas em empresas de refeições coletivas de Minas Gerais: trabalho técnico, supervisão ou gerência? *Rev Nutr* 1999;12(3):241-60.